

ورزش‌های محلی افغانستان



عزیز آسوده

ورزش‌های محلی

افغانستان



عزیز آسوده

۱۹۹۹/۱۳۷۷

نام کتاب	:	ورزش‌های محلی افغانستان.
نگارش	:	عزیز آسوده.
ناشر	:	کتابخانه‌های سیار اریک.
کمپوزر	:	امان الله رفیع.
سال طبع	:	۱۹۹۹/۱۳۷۷.
جای طبع	:	پشاور.

اریک از دو سال به این سوپروگرام ارسال کتابخانه های سیاز را به ولایات مختلف افغانستان رویدست گرفته است. کتابخانه های سیار به شکل صندوقهای فلزی ساخته شده، در محل خاصی گذاشته میشود، مردم منطقه می آیند، کتابهارا به طور امانت می برند، میخوانند و به مردم گرد و نواح خویش میشنوانند، بعد ازان دوباره برمی گردانند و به عوض آن کتابهای دگری را می برند و بدینترتیب تمام کتب کتابخانه در منطقه خوانده می شوند و بعد از آن این کتابخانه سیار به منطقه دگری منتقل می شود.

ما تلاش ورزیده ایم برای این کتابخانه سیار کتابهایی را گرد آوریم که از سویی زیان آن ساده و روان باشد و از جانبی مطالب مورد نیاز مردم را داشته باشند تا آنها را در زنده گی روزمره شان مثل زراعت، مالداری، صنایع دستی، مرغداری و غیره مدد رسانند.

ما در پهلوی کتابخانه های سیار این سروی را نیز انجام می دهیم که مردم به چه نوع آثار و مواد نیاز دارند، و مینکوشیم خواسته ها و مواد مورد نیاز آنانرا تثبیت و تشخیص نماییم. متأسفانه درینباره کتب مطلوب را بدست آورده نتوانستیم تا در کتابخانه های سیار آنها را به خدمت خواننده گان عزیز پیشکش نماییم.

برای پرکردن این خلا سال پار پیشنهادی به UNOCHA تقدیم شد تا مارا در جهت چاپ و انتشار تعدادی از کتب مورد نیاز و مفید برای خواننده گان ما مساعدت کنند و برای کار سیستماتیک و بهتر یک هیأت مشترک نماینده گان اداره "اریک" و عده بی از محققان و نویسنده گان انتخاب گردیدند تا کار را آغاز نمایند و کتابهای مورد نیاز را یاخود و یا هم توسط مولفان و نویسنده گانی که در موضوع تخصص و مهارت کافی دارند، تهیه کنند و تمام مراحل پلانگذاری، تهیه، چاپ و انتشار آن را مشترکاً به پیش ببرند. این هیأت مشتمل است از همکار صمیمی افغانها خانم نانسی هیچ دوپری، حبیب الله رفیع، سر محقق زلمی هیواد مل، حسین فخری، محمد فهیم رحیمیار و محمد رفیع.

ما از تمام خواننده گان عزیز خویش در دهات، شهرهای مختلف کشور که از کتابخانه های سیار ما مستفید می گردند متوجهیم که نیازها، خواسته ها و پرسش های خویش را به ما بفرستند و از تمام نویسنده گان و عالمان کشور تقاضا می کنیم که درین راه با ما همگام گردند تا بتوانیم برای مردم خویش کتب بهتر و مفید تری را تقدیم نماییم!

با احترام

"اداره کتابخانه های سیار اریک"

فهرست

صفحه	عنوان
۱	ورزش‌های باستانی را بشناسیم
۳	پهلوانی
۵	ضرب میل
۷	کشتی بند و بغل هزاره گی، کندھاری و هراتی
۸	کشتی چینگی
۹	بزکشی
۱۵	اسپ سواری
۱۷	خر تازی (خر دوانی)
۱۸	خرک بارزی
۱۹	سورجه خوردن
۲۲	یخمالک
۲۳	بازی‌ها در بین آب

۲۷	پایگه
۲۹	تاش تیله ری (پرتاپ سنگ)
۳۰	نیزه زنی
۳۳	گوی و چوگان بازی
۳۴	شیطان؛ شیطان
۳۶	بازی "گیند او بده"
۳۸	لپر
۳۹	خیز با پرش
۴۱	توب دنده بازی (توب بازی)
۴۵	خوسی
۴۹	سپر بازی
۵۱	چوب بازی
۵۵	دار بازی

زنده گینامه مؤلف

عزیز آسوده، در کابل تولد یافته و در رشته ژور نالیزم تحصیل نموده است در رادیو، تلویزیون، مطبوعات و ادارات فرهنگی به کار پرداخته است. طی سالهای کار در رادیو و تلویزیون و نوشنی برنامه های گوناگون هنری و ادبی، برنامه فرهنگ بردم را از سال ۱۳۵۸ الی ۱۳۶۴ نوشته و به نشر ورزشهای ملی و باستانی و بازی های ورزشی پرداخته است. علاوه به نشر مطالب گوناگون او در مطبوعات افغانستان و اشتراک در سیمینار های متعدد در عرصه های گوناگون آثاری به وجود آورده است که انتشار نیافته است:

برخی افسانه ها و روایت ها، دو بیتی های نشر نا شده، پیشکسوتان تیاتر در افغانستان (اثر تحقیقی) پیشه وران و پیشه های قدیم کابل (اثر تحقیقی). مجموعه داستانها، مجموعه طنزها، گذرگاه شعر (اثر تحقیقی) و سیماهی معاصران در دو جلد (اثر تحقیقی) که یک جلد آن به نشر رسیده. قصه ها برای کودکان از خرمن فرهنگ باستان.

کتابخانه سیار اریک

توانا

گروه منابع شرافتی و اطلاعاتی آموزش

از سلسله نشریات کتابخانه سیار اریک

نمبر مسلسل ۶



ورزش‌های باستانی و محلی کشور را بشناسیم

پیشینه‌های فرهنگی سرزمین ما همانگونه که در هر زمینه برای ما نمونه‌های ارزشها و معیارهایی از تمدنها و مدنیت‌ها را پیشکش می‌کند؛ ورزشها و بازیهای ورزشی را نیز در مشیمه خود پرورده است.

این ورزشها که بسیاری از آنها تا زمانه ما ادامه یافته و به ما رسیده، زمینه‌ها و بنیاد‌های اکثر ورزش‌های پدیرفته شده جهانی معاصر را فراهم آورده است. ورزشها در ازمنه پیشین تنها نه به منظور سرگرمی بلکه جهت برآورده شدن اهداف جنگی و مقابله با دشمن ایجاد و تعمیم یافته است.

قابل یاد آوری است که پاره‌یی ازین ورزشها تا هنوز هم در شهرها و روستاهای کشور، معمول و مروجست و بخش قابل توجهی از سرگرمی‌ها و مشغولیت‌های مراسم خوشی و میله‌ها و اعیاد را تشکیل میدهد.

این اثر که با استفاده از منابع تاریخی و آثار چاپ شده در کشور صورت گرفته، در مجموع گرد آورده‌هایی است که صرف جنبه ورزشی و یا سرگرمی ورزشی داشته و تا حدود زیادی در کشور تا سالهای اخیر معمول بوده، زیرا آثار چاپ شده در این زمینه با وجود غنا و زحمات مولفین و مرتباً آن ورزشها را به

گونه اختصاصی گرد نیا ورده، بلکه بازیهای عامیانه، بازیهای ورزشی و ورزشها را به گونه مختلط گرد آورده است.

امید است ورزش دوستان بتوانند ازین اثر که صرف به بازیهای ورزشی کهن اختصاص یافته و تحقیق و گرد آوری در تمام منابع نشر شده میرود، استفاده لازم نمایند. این اثر از یکطرف معرف ورزشها ملی و باستانی کشور ما میتواند بود و از سوی دیگر ازین رهگذر که آثار چاپ شده نایاب و به نحوی از دسترس خواننده گان خارج گردیده است، میتواند مرجع استفاده باشد.

پهلوانی

این ورزش از زمانه های باستان به این سو رواج دارد. به روایت متون کهن پهلوانان، همان جنگاوران پیشین بودند که در اوستا، گوشاسپنامه، شاهنامه ها و خدای نامه ها کارنامه های آنها درج است که رستم جهان پهلوان یکی از آنان است. به عبارت دیگر موجودیت پهلوانان سبب بوجود آمدن شاهنامه ها و آثار حمامی شده است. رواج ورزش پهلوانی در کشور، نا آنجا که اسناد در دست هست، در يك قرون اخیر نامهای زيادي را برس زبانها انداخت. از ميان دهها پهلوان قرنهاي اخير از چند تا نام ميريم: آنه رحمى، خليفه عزيز رنگ زرد، خليفه برهان الدین، رمضان مشهور به بجهه رجو، خليفه نظام برنج فروش، خليفه عزيز چترى (چترى بدار امير عبدالرحمن خان) جمعه چار كلا، خليفه خيز چاريکاري، پهلوان قادر پولزارى و شمار زياد دیگر. و از پهلوانان دوره های اخیر پهلوان برات، پهلوان ياسين، خليفه نظام، على ييماروگى، پهلوان ابراهيم، رحيم بجهه بلال، پهلوان احمد جان پنجشیرى و غيره.

پهلوانان با انجام حرکات ثقيل درار کاره ها (محل تمرین پهلوانی) و جريان کارهای سنگین ورزیده ميشدند و بعد از ورزش و ضرب ميل به پبورش اندام خويش ميپرداختند. اين پهلوانان برای تقويه خود از غذاي مكلف و مقوى نيز بهره ميگرفتند، هر پهلوان صحانه يك گيلاس شيره بادام با چارتخم، خشخاش باقند و هيل و گلاب را مى نوشيدند.

هر چاشت يكپاوه گوشت، يكپاوه دنبه و يكپاوه پياز پخته را صرف ميکردند.
بعد از ورزش يكپاوه گر را شربت کرده مينوشيدند.



ضرب میل

از آداب خاص و مراسم پهلوانان است که از زمان باستان به ارث رسیده

است.

درین مراسم همه پهلوانان درارکاره ها جمع میشوند. منقل آتش با اسفند و ظرف بزرگ تیل و مسکه را درمیان میگذاشتند، بعد از آن خلیفه ها باشاگرد ها وارد میدان میشدند و به ضرب میل می پرداختند.

ضرب میل نوعی جست و خیز ورزشی است. حرکات دست و پا به شکل منظم و بازی جالب و دیدنی توسط میل (گرز مخصوص پهلوانان) خلیفه ها بعضًا به نوبت داخل میدان شده، کمان می زنند، کمان که از چوب بانگس بود و با حلقه های فولادی وصل شده بود خلیفه ها با کمان و شاگردان با میل ها به ضرب میل می پرداختند. طوری که بانگس ها و میل ها را بدور شانه های شان چرخ می دادند. این مراسم با دهل و سرنا، و یا توله و زیر بغلی صورت می گرفت. در آغاز مراسم خلیفه ها شعر ها و سرود هایی را میخوانندند که یکی از آنها اینست:

هیچ کس از پیش خود چیزی نشد

هیچ آهن خنجر تیزی نشد

هیچ ملایی نشد ملای روم

تا مرید شمس تبریزی نشد

هیچ حلوایی نشد استاد کار

تا که شاگرد شکر ریزی نشد

و خلیفه دیگر از سوی دیگر با فریاد صدا کرده و سرود دیگری میخواند:

چلم چلم چتری

پای شتر جغزی

می خوردی و شخ گشتنی
بازار بتان گشته

در زمان خلفای بنی امیه میل به تقلید گوز، کباده، بجای کمان و سنگ عوض سپر بکار میرفته است.

میل پهلوانی که در گذشته از چوب آهن ساخته میشد، امروز از چوب درخت نارون ساخته میشود که به شکل استوانه یی بادسته کوتاه ساخته میشود و هر جفت میل که یک پهلوان از آن استفاده می کنند از ده تا سی کیلو وزن دارد علاوه بر آن یکنوع "گرز" کوچک نیز داشتند که آنرا در کمر و همیشه به طرف مقابل جامیادند. این گرز تیغه های تیز داشت و آنرا میخکوب هم میکردند و به روایت "اوستا" این خطر ناکترین سلاح بود که مخصوص ررب النوع آفتاب بود، میگویند گر شاسپه، پهلوان معروف کابلی یا سیستانی هنگام جنگ در برابر دشمن ازین سلاح کار میگرفت.

پهلوانی طی دهه های اخیر در صحنه بین المللی شامل ورزش های اتلتیک شده و مقررات خاصی برای آن وضع گردیده است.

کشتی بند و بغل هزاره گی، کندھاری و هراتی

بندو بغل، کشتی قدیمی آریایی است و ریشه های عمیق تاریخی در کشور ما دارد. کلمه "بند" را میتوان دو نوع تحلیل کرد. یکی آنکه، "بند" همان بندی است که در زمان تسلط دین زرده شد در آریانی کهن به کمر جوانان در مواسم خاص مذهبی بسته میشد، و این عمل در یک سال سه بار تکرار میگردید، که کلمه کشتی از همین بند گرفته شده، چنانچه کشتی بندی سفید و باریک که از (هفتاد و نه) پشم گوسفند بافته میشد. این بند باریک به کمر جوانان در پانزده سالگی بسته میشد.

بندو بغل، معنی کشتی بغل، را میدهد. یعنی از هردو بغل صورت میگیرد و کشتی بغل اولين کشتی مردم آریایی بوده است. دیگر آنکه در عصر فردوسی به استناد شاهنامه "بند" به عوض (فن) یا (چال) استعمال شده بدین معنی که در ورزش بندو بغل از فن و چال استفاده میشود. این کشتی در میان مردمان هزاره جات، کندھار، هرات و سایر نقاط کشور مروج است.

کشتی چینکی

این ورزش از ورزش‌های صفحات شمال بوده و به نام "گوراش" یاد می‌شود. کشتی چینکی، در میان ازبکها و ترکمنها معمول است، این ورزش در محافل عروسی، جشن‌ها، اعیاد و ختنه سوری‌ها و در فصول مختلف صورت می‌گرفت. این مسابقات معمولاً از طرف شب برگزار می‌شد.

شکل آغاز این نوع کشتی اینست که پتوسی پراز نقل و چا کلیت و قند وغیره را در میدان می‌گذارند. این پتوس را "پالوان تاواع" یا پتوس پهلوانی می‌گویند. بعد، جارچی در میدان جار (جهر) می‌زند و اعلان می‌کند. هر کس که پهلوان اول باشد، غوری یا مجرم پهلوانی را از میدان برمیدارد و خود را آماده مسابقه می‌سازد. آنگاه غوری را در نزد بزرگان وربیش سفیدان می‌گذارند. سپس پراهن خود را از تن بیرون نموده و چن مخصوص پهلوانی را می‌پوشد. آنوقت پهلوان کمر خود را با کمز بند و یا دستمال گل سیب می‌بندد و به عنوان قهرمان میدان برای برانگیختن دیگر پهلوان، میدان را دور می‌زند. پهلوان در برابر طرفداران خود رسم تعظیم نموده و آنان در حق او دعا می‌کنند. هردو پهلوان جوره شده و سه بار میدان را دور می‌زنند. بعد باهم دست میدهند و زانوی خود را بر زمین زده دعا می‌کند، پهلوانان به مسابقه می‌پردازند نخست روبه روی هم ایستاده و چن‌های شانرا کمی عقب می‌اندازند. درین نوع کشتی دستها آزاد بوده و صرف از پاهای یکدیگر نمی‌گیرند که فول شمرده می‌شود. مگر بالاتر از کمر مجاز است. درین کشتی بعضی چالها بوسیله پاها استعمال می‌شود. غالب شدن پهلوان لحظه‌یی است که شانه حرفی به زمین برسد و پهلوان دیگر به روی سینه جانب مقابل قرار گیرد.

بزکشی

بزکشی از بازیهای قدیمی است. این بازی با اهلی شدن اسپ در بین آریانی‌ها به وجود آمد.

محل پیدایش آن مناطق بین آمو دریا و آسیای مرکزی میباشد؛ اما این بازی از نظر مهارتهای سوار کاری در سرزمین افغانستان تکامل کرده است. سابقه بوجود آمدن این ورزش بر سه کلمه استوار است: آریا، اسپ و باختربال نامگذاری آن بزهای کوهی است که در گذشته، پهلوانان آنرا شکار میکردند. از آنجا که پژوهش اسپ در خراسان و آریانای قدیم یکی از مشغولیت‌های مردم بوده، با گذشت زمان تکامل کرده است. گله داری، اسپ دوانی و سوارکاری و استفاده از آن در جنگها و در مقابل دشمنان، شکل بازی اجتماعی را اختیار کرده است.

باید گفت که اصل بزکشی در جنگها و در مقابله با قوای اسکندر مقدونی به کار گرفته شد.

((الله مان))^(۱) پهلوانان قوى و چابکى بودند که شبانه بردشمن حمله می کردند و افراد دشمن را از میدان با خود زنده زنده می بردند. بعد ها، این مهارت جنگی با استفاده از بزهای کوهی برای نمایش استفاده شد.

در واقع برای گرم ساختن و یا به منظور مشق این مهارت به شکل مسابقه های دستجمعی در آمد.

^(۱) الله مان، کلمه ترکی بوده و به معنی تیز چنگال و چست و چالاک است.

خصوصیت بازی اینست که سوار کار باید در گرفتن جسد حیوان، برداشتن آن از زمین و بردن آن و رسانیدن آن به جای معین مهارت به خروج بدهد.

سوارکاران برای پیدا کردن مهارت، مشق های دشواری را پشت سر میگذرانند دلاری، نیرومندی و چابکی و پهلوان بودن لازمه سوارکار است. کسانی که درین بازی سهم میگیرند، معمولاً پهلوان گفته میشوند.

ازین گذشته برای این سوارکاران علاوه بر پهلوان "چاپ انداز" هم می گویند. چاپ اندازان باید "بز" را به "دایره حلال" برسانند. دایره حلال نقطه و یا محلی است که به شکل دایره خط اندازی میشود. هر سوارکار باید جسد بز یا حیوان مورد نظر را که معمولاً گوساله میباشد، به آنجا برساند.

برای ورزش بزکشی، اسپان ورزیده، پرورش شده و اصیل لازم است. این شیوه همانطوریکه در گذشته های دور معمول بوده، تا کنون با پیشرفتها و تجارب بیشتر ادامه یافته است.

تربیه اسپ در مناطق کوهستانی و دارای تپه ها بیشتر ممکن و میسر است.

صفحات شمال کشور ما ازین نظر قابل توجه است. در قدیم باخترا جایگاه اسپان نیرومند و اصیل بود. بعد ها نام قطغن با این میراث گره خورد و بر سر زبانها افتاد. اسپان باخترا دیروز و قطغنی امروز که شامل مناطق بدخشان، مزار شریف، فاریاب و جوزجان است، از تربیه بهتر بهره مند هستند و نسل اسپان اصیل و کارآمد را عرضه می کنند. یکنوع این اسپان که کوچک اندام ولی قوی و با استقامت هستند، در کوهستانها پرورش میشوند و شامل اسپان قطغنی و بدخشانی است، نوع دیگر که در دامنه ها و دشتها پرورش می یابند، دارای اندامی قوی و بزرگ اند و گردن های افراشته دارند.

این ورزش در ولایات بدخشان، تخار کندز، بغلان، سمنگان، جوزجان،



فاریاب و بلخ رواج دارد.

این ورزش همه ساله به شکل مسابقات گروپی در ایام زمستان صورت

میگیرد.

علاوه بر آن در روزهای جمعه، در جشنها، عیدها و مراسم عروسی و ختنه

سوری و خوشی برگزار میگردد.

با تأسیس ریاست المپیک در کابل، این ورزش به عنوان یک ورزش ملی

و اجتماعی مورد توجه قرار گرفت که همه ساله مسابقات آن در کابل و در مراسم

رسمی و جشنها در ستديوم ورزشی و چمن حضوری و بگرامی دائم میشد. که

تشکیلات معینی برای آن در کابل و ولایات به وجود آمد.

باید یاد آورشد که برگزاری مسابقات بزکشی در ولایات به مصرف یکی از

بزرگان و ثروتمندان "بای ها" صورت میگرفت. این مصارف شامل توزیع جوايز

نقدی و جنسی مثل: چپن و السه و قالینچه و اسپ، سکه طلا، تمنگ و شتر وغیره

بود که به چاپ اندازان و برنده گان مسابقه توزیع میشد.

چاپ اندازان درین ورزش به دو گروپ جدا میشود، مسابقه به اشاره

حکم آغاز میگردد.

علاوه بر دایره حلال و یک بیرق در یک نقطه میدان مسابقه نصب میشود،

چاپ انداز با عبور ادن گوساله از بیرق و رساندن آن به دایره حلال برنده میشود.

مسابقه بزکشی معمولاً دو الی سه ساعت را در بر میگیرد، و در پایان مسابقه جارچی

(جهوجی) نتیجه مسابقه و برنده گان را اعلان می کند که آنرا از "آخر او غلام"

میگویند.

نوع دیگر مسابقه که بیشتر برنده گان آن به صورت انفرادی تلاش می

کند، گروپ معینی وجود ندارد، تعداد اسپ، تیم و چاپ انداز معلوم نیست و

تاصدتها اسپ میتوانند در مسابقه اشتراك کند و این مسابقات چندین روز دوام می

کند و معمولاً به مناسبت مراسم و جشنها و عروسیها و اعياد، صورت میگیرد.

درین مسابقات گذشته‌اند گویا از "قوره" و رساندن آن تا بیرق برنده راتعین می‌کند. این مسابقات "قونوق" یا مهمانی‌های بزرگی را که "توی" هم گفته می‌شود به دنبال دارد.

در ورزشهایی که به شکل مسابقات برگزار می‌شود ویژه‌گیهای دیگری دارد. طوریکه در گذشته در مراسم جشن وغیره تیمهای بزکشی ولايات به کابل دعوت می‌شدند. این تیم‌ها تحت نظر یکنفر سرحد و دو حکم و یکنفر مشاور از هر ولايت برگزار می‌شد. هر تیم در روز اول برای در یافته بیرق (توع) قهرمانی تلاش می‌کرد. برای اجرای آن از هر ولايت پنج نفر چاپ انداز برای یك ساعت مسابقه می‌کنند. هر تیمی که نمرات بیشتر به دست آورد، برنده مسابقات بزکشی سال به خاطر کسب بیرق قهرمانی می‌گردد.

همچنان به اساس قرعه نیز این مسابقات در حضور روسای بزکشی هر ولايت و هیأت‌داوری صورت می‌گیرد. درین مسابقات تیم قهرمان سال قبل به رسم عننه قمچین خود را به روی زمین می‌گذارد، و این عمل را با غرور و اطمینان طوری انجام میدهد که برای انجام مسابقه داوطلب دعوت می‌کرد. هر تیمی که حاضر می‌شد، با برداشتن قمچین از زمین به میدان می‌رفت، هر گاه یك تیم سه سال برنده بیرق قهرمانی می‌گردید، برای همیشه قهرمان می‌ماند. چاپ اندازان هر کدام با لباس‌های مخصوص و علایم قایلین، پوست قره قل، گل لاله وغیره که پیداوار خاص هر ولايت را معوفی می‌کرد، تشخیص و شناخته می‌شدند.

با وجودیکه مسابقه و ورزش بزکشی از خود مقرراتی داشت، با آنهم کمیته ملی المپیک افغانستان، مقرره خاصی برای آن وضع کرد که از طرف ورزشکاران مورد استفاده قرار می‌گرفت و درین مقرره اصول تازه‌یی بر آن افزوده شد که از تخطی‌ها و اشتباهات (فول‌ها) در مسابقه تا حدود زیادی جلوگیری می‌شد. باید گفت که مرکز میدان با دایرهٔ حلال و بیرقه‌نشانه گذاری و مشخص می‌شود. میدان بزکشی معمولاً به شکل مربع می‌باشد که هر ضلع آن سه صد و پنجاه

متر طول میداشته باشد و یامینو اند میدان به شکل مستطیل هم باشد. یعنی عرض آن سه صد متر و طول آن سه صد پنجاه متر میباشد. هرگاه چاپ انداز از خط میدان خارج میشود، بنا به اشاره حکم میدان، گوساله دوباره به اندازه دو صد و پنجاه متر به داخل میدان آورده میشود. هر چاپ انداز که با برداشتن گوساله از دایره حلال و عبور دادن آن از برق، آنرا دوباره به دایره حلال مربوطه خود برساند، سه نمره به تیم خود کمایی می کند. سه دایره در امتداد هم در میدان طوری خط اندازی میشود که یکی دایره برداشت، و دو دایره دیگر دایره های حلال مربوط هر تیم میباشد.

وزن گوساله از پنج الی هفت سیر کابل یعنی از سی الی چهل و پنج کیلو گرام میباشد. گوساله یکروز قبل از مسابقه کشته میشود و آنرا در بین آب میگذارند که پوست آن سخت شود تا در جویان بازی مقاومت داشته باشد درین مسابقات بزکش ها با صدمات جدی از جمله با شکستن دست، پا و سر وغیره مواجه میشوند، بعضاً بازی سبب مرگ چاپ انداز نیز میگردد.

قابل یاد آوریست که این بازی در برخی از نقاط شمال کشور با استفاده از خرها نیز صورت میگیرد.

اسپ سواری

اسپ سواری نیز از قدیمترین ورزش‌های مردم سوزمین ماست. پیشینه این بازی به (۱۰۰۰) قبل از میلاد میرسد. باید گفت، آرایی‌های باختり با تر بیه اسپ تا آن اندازه اشتغال داشتند، که اسپ در حیات آنها نقش عمدی بی داشت.

روسای خانواده‌های بزرگ، چندین هزار گله اسپ داشتند و هر کدام از آنها از روی اسپان خویش به صفتی و نامی شهرت یافته و نامیده میشدند، از آنجمله است: گوشاسبه (صاحب اسپ لاغر)، اروت اسپه (صاحب اسپان تندره) یوروشسبه (صاحب اسپ پیر)، ارجت اسپه (صاحب اسپ گرانبه) و خواسپه (صاحب اسپ خوب).

همینطور یکی از شهرهای نزدیک بلخ که به داشتن اسپهای قشنگ و اعلی معروف بود، به نام زر اسپه (اسپ طلایی) یاد میشد. و اسم این شهر تا زمانه‌های مورخان و جغرافیه نگاران کلاسیک مشهور بود.^(۲)

استفاده از اسپ و اسپ سواری حتی در تشکیلات نظامی نیز راه یافته بود، در زمان حاضر اسپ سواری در صفحات شمال کشور، مخصوصاً در بلخ، کندز، تخار، هنوز رواج بسیار دارد.

در حدود صد سال پیش درباریان و مقامات عالیربته و برخی از بزرگان در کابل صاحب اسپ خاصه بودند، که از طرف حکومت وقت برای شان داده

^(۲) تاریخ افغانستان، جلد اول.

میشد. از اسپ سواری علاوه برآن به شکل مسابقات و ورزشها و هوا خوریها استفاده میشد.

اسپ سواری در هزاره جات از مدت‌ها بدینسو از جمله بازیهای معمول به شمار می‌رود. طوریکه در عروسی‌ها بعد از صرف نان، اسپ سواران به موافقه پدر عروس که یک اندازه پول را به نام (شرط اسپ) قبول میکنند، به اسپ دوانی میپردازند، در این سوارکاری باید دو طرف فاصله بی را که محیط (پیته) گفته میشود، طی کنند.

خرتازی(خردوانی)

خردوانی نیز بعضاً از جمله سرگرمیهای مورد علاقه جوانان روستایی به

شمار می‌رود.

این سرگرمی که بیشتر در مربوطات ولایت هرات و مزارو تاشقغان و مناطق دیگر از زمانه‌های دور به اینسو صورت می‌گیرد، با شرط بندیها توام است. باید گفت، استفاده از خر بعنوان یک وسیله بار بری در مناطق گوناگون سبب شده که به ترتیبه آن توجه زیاد صورت گیرد، زمینه استفاده از خر، در باربری، سنگ کشی، حمل و نقل کالاها و مواد خواراکه از روستاهای به شهرها و بر عکس بسیار زیاد است.

از همین جهت است که از خر به عنوان سرگرمی و ورزش نیز استفاده

می‌کنند.

این بازی در ولسوالی زنده جان و لایت هرات بسیار زیاد معمول و مروج است. در ماههای سلطان و میزان در زنده جان که مردم از جاهای دور به زیارت "رباط بی" می‌روند، در آنجا خیمه می‌زنند و گاهی در زیر صخره‌های بزرگ چند شبانه روز را به شکل میله باسازو سور سپری می‌کنند. در همین روزهای "میله" مسابقات خر تازی، رنگ و رونق خاص می‌یابد.

در سایر نقاط هرات، در روزهای عید، بعد از ادای نماز، همه به میله می-

پردازند و مسابقات خر تازی، صورت می‌گیرد.

در ولایات شمال کشور مانند: بلخ، بغلان، سمنگان، کندز، جوزجان وغیره

با استفاده از خر به "بزکشی" می‌پردازند.

حرک بازی

این بازی ورزشی که شباهت زیاد به ورزش "پوش باارتفاع" بین المللی دارد، از بازیهای مورد علاقه مردم هرات و ساحات دو روپیش آن به شمار می‌رود. بازی طوریست که یکنفر کف دستهای خود را بر زانو می‌گذارد و خم می‌شود، و دیگری از پشت او خیز می‌زند. این حرکت توسط یک یا چند نفر به نوبت اجرا می‌شود.

همچنان از چوب به شکل "حرک" در روی زمین دوپایه داده روی آن یک تخته چوبی که حدود یکمتر طول دارد، قرار می‌دهند روی آنرا با دوشک تکه بی و پوش چرمی، می‌پوشانند. ورزشکاران در حالت دوش از یک سمت دو دست خود را روی تخته محکم تماس داده و بعد به سوی دیگر آن پوش می‌کنند. نوع اول آنرا که توسط یک شخص به اصطلاح پشتک گرفته می‌شود و در بعضی مناطق هرات به نام بازی "جفتگ" یا بازی جفتک چارکش "نیز یاد می‌کنند. همینطور، "خرحلقه" عبارت از چنان خرکی است که دو حلقه ببروی آن نصب شده و در روی آن حرکات مختلفی انجام میدهند، و آنرا "اسپک" می‌گویند. "خر بازی" یکنوع بازی دیگرست که، دو نفر در برابر همدیگر خم می‌شوند، سرها را نزدیک هم و دستها را روی زانو می‌گذارند، و سر ریسمان را بدست می‌گیرند، در حالیکه سر دیگر ریسمان را شخص دیگر به دست گرفته و به دور روپیش آن می‌گردد، و نمی‌گذارد کسی از شاملان بازی برپشت آنها سوار شود، و اگر سوار شود، تا وقتی سوار خواهد ماند که دیگری گرفتار شده، شخصی که سر ریسمان را در دست دارد، "خر بند" گفته می‌شود، برهر کس که پای خود را بزند تا او را بیاورد و با این نفر دیگر در قطار کشد، تا وقتی که دیگری به هم برسد، آن دو شخص نجات یابند، به این ترتیب بازی ختم می‌شود و یا توسط داوطلبان دیگر از سر تکرار می‌شود.

سورجه خوردن

این بازی از ورزش‌های ساده و دلچسپ زمستانی است. بعد از باریدن برف و نیز در اواسط ماه دلو و حوت که بر فراز شروع به آب شدن می‌کند و خنکهای شب آنرا سخت و منجمد می‌سازد، سطح‌های هموار و بلورین روی برف به وجود می‌آید، زمان ورزش "سورجه" و سورجه خوردن شروع می‌شود. درین وقت جوانان از هر جا جمع شده و از بالای کوهها و تپه‌ها جاهای مناسب را انتخاب و از آنجا یک سرک به عرض دو سه متر از برف به وجود می‌آورند. این را هم را در جایی می‌سازند که دامنه آن بیشتر از یک میل امتداد داشته باشد. کسانی‌که برای سورجه شوق زیاد دارند، سحرگاه پیش از طلوع آفتاب آله مخصوص سورجه را گرفته و به محل یاد شده می‌روند. آله سورجه، عبارت از یک تخته چوب دراز رخ (یک و نیم متر در نیم متر) است که از کنده‌های درختان محکم مثل چارمغز، توت وغیره تهیه شده می‌باشد.

این ورزش به شکل مسابقه برگزار می‌شود. ترتیب مسابقه طوریست که در هر نوبت دو نفر بر تخته‌های جداگانه می‌نشینند و در یک زمان خود را به طرف پایین می‌لغزانند. هر شخصی‌که بدون افتادن و یا انحراف از سرک خود را به خط مستقیم به نقطه مطلوب یعنی به پایان سرک بیشتر وزودتر برساند، برنده مسابقه است. گاهی در عرض راه یا سرک، موانعی از برف به وجود می‌آورند، این موانع با برجستگی‌های سطح مایل، در عین سرعت، موجب جست و خیز تخته



میشود، اگر کسی لیاقت و مهارت لازم نداشته باشد، کنترول را از دست داده، در نتیجه افتاده و صدمه می بیند. یگانه قاعده عمومی درین ورزش اینست که هر شخص به اثر بی موازنگی و بی ترتیب بودن در سیر حرکت، صدمه می بیند، همبازی های او، یکجایی او را به منزلش انتقال می دهند.

باید یاد آور شد که از سال ۱۳۲۱ شمسی و سایل مقدماتی بازی "سکی" از سوی ریاست گرخندوی در چوک ارغنده فراهم گردید و تا حدودی جای آنرا گرفت، اما با وجود آن، سورجه هنوز هم در مناطق دور افتاده موجودیت خویش را از دست نداده است.

یخمالک

یخمالک از بازیهای ورزشی و بسیار معمول در مناطق سرد سیر سراسر افغانستان است، با پوشیده شدن زمین از برف در زمستانها، یخمالک، وسیله سپورت و تفریح اکثر جوانان و اطفال میباشد.

این ورزش به گونه عنعنوی آن اجراء میشود و هیچگونه ترتیب و قاعده فنی مربوط به خود را ندارد.

ساحة این ورزش در حدود ۹-۸ متر بوده، علاقمندان آن با پیدا کردن سطح لشم و بخ بسته، با استفاده از بوتهایی که تلی های میخدار باشد، و یا بوسیله بوتهای عادی، بشکل ایستاده و گاهی هم در حال نشستن روی دویا به این بازی مپردازند.

با وجود آنکه این بازی مقررات خاص ندارد، مگر وقتی شمار زیاد اطفال و جوانان در محل بازی حاضر میشود، یکنفر را از بین خود که به بازی یخمالک مهارت زیاد داشته باشد "میر" و یا سرکرده انتخاب میکنند.

میر برای تمرین و یاد دادن و نشان دادن چالها شخصاً ابتکار عمل را به دست میگیرد، دیگران با دقت چالهای او را مراقبت و مورد توجه قرار میدهند یعنی هر عمل و نمایشی را که او انجام میدهد، دیگران به دنبال او انجام میدهند...

شکل پیشرفته این بازی یخمالک در سایر کشورها همانا بازی و رقص روی بخش است که لباس، حرکات و قواعد خاصی را دارد.



بازی ها در بین آب

بخاری

این بازی را اطفال و نوجوانان (هر یک در گروه خود) اجرا مینمایند. تعداد بازیکنان از ۱۵-۳ نفر میباشد. شیوه بازی طوریست که بنابر توافق بازیکنان یک بازی کن به حیث "بخاری" انتخاب شده دیگر بازیکنان "بخاری" را در کنار آب روی دست ها به هوا بلند نموده با تمام قوت و شدت ممکنه او را در بین آب پرتاب میکنند بازیکن "بخاری" شده پس از آمدن بر روی آب بازیکنان دیگر را در داخل آب تعقیب نموده، میکوشد یکی را گیر بیاورد مگر بازی کنان با استفاده از مهارتها و استعدادهای شناوری روی آب وزیرآبی از او گریخته کوشش میکنند تا گیر نیایند. هر گاه "بخاری" توانست با مهارت یکی از بازیکنان را گیر بیاورد، در آنصورت همه بازیکنان دیگر از گریزوشا دست کشیده مثل دفعه اول اینبار بازیکن دستگیر شده را روی دستان خود بلند نموده و یا شدت زیاد داخل آب دریا پرتاب میکنند. این بازیکن دوم "بخاری" شده کوشش میکند تا یکی را دستگیر نماید و بازی به همین شکل تا توافق و خستگی بازیکنان دوام مینماید.

هر گاه بازیکن "بخاری" شده نتواند تا ۱۰ دقیقه "بخاری" جدیدی گیر کند در آنصورت بازیکنان دیگر دست از شنا و گریز کشیده و با گفتن اینکه دیگر بخاری کهنه شده همان بازیکن را بار دیگر سر دست ها بلند نموده و بین آب "بخاری" می اندازند و بازی سر از نو آغاز می یابد.



تایه ری - پیدا کردن:

مقصد از اجرای این بازی یافتن و بیرون کشیدن شی تعیین شده از داخل آب است. عموماً این بازی را نوجوانان اجرا می نمایند. این بازی در آب حوض و دریا به دو شکل اجرا میگردد.

شکل انفرادی: شرکت کنندگان بازی خارج از آب قرار گرفته و شی تعیین شده معمولاً (سنگ نشانی دار) را داخل آب پرتاب می نمایند. شخص اول آب باز و یا شناور خود را داخل آب انداخته به جستجوی شی مطلوب میگردد و کوشش میکند شی را پیدا نموده بیرون بکشد. آب باز به اندازه قدرت و تحمل خود به جستجوی شی می پردازد یا موفق میشود یا ناکام از آب بیرون می آید. همین طور شخص دوم و سوم این عمل را انجام می دهند.

در شکل جمعی همزان همه بازیکنان بیرون از آب قرار گرفته شی مورد نظر را داخل آب پرتاب می نمایند بعد همه بازی کنان همزان به یک اشاره، داخل آب شده و به جستجوی شی مطلوب می پردازند هر یک بازی کن که موفق به پیدا نمودن شی و کشیدن آن از آب شود برنده و دیگران بازنده محسوب می گردند. عموماً درین بازی از سنگ های یک سیره و یا زیاد کار می گیرند. درین حال موفقیت از آن اشخاص ماهر و قوی البنیه میباشد.

شونخ اوتشی:

این بازی شکل مسابقوی داشته و در آن حداقل ۲ تا ۱۵ نفر و یا بیشتر بازی کنان اشتراک نموده میتوانند. این بازی مهارت‌های شناوری زیر آب (در شرایط عدم تنفس) بازی کنان را زیاد ساخته و به سه شکل اجرا میشود. همه کسانیکه درین بازی شرکت می ورزند، در آغاز روی یک خط البته

در داخل آب دریا قوار میگیرند.
بازی زیر نظارت داور و یا تماشچی ها همزمان توسط همه بازیکنان آغاز
می یابد.

یعنی به مجرد علامت داور، کلیه شرکت کننده ها به یک حرکت خود را
زیر آب دریا فرو برد و به استقامت تعیین شده (معمولًا در جهت جریان آب)
شناوری زیر آب مینمایند. طبعاً بنابر مهارت شناوری زیر آب و قدرت تحمل بدن در
شرایط عدم تنفس، هر کس در فاصله های مختلف از نقطه آغاز، از زیر آب بیرون
میشود در آخر مقام ها از روی زیادی فاصله هایی که در زیر آب پیموده باشد تعیین
میگردد. همین طور مقام اول، دوم و سوم وغیره تعیین میگردد.

در این بازی مسابقه به شکل انفرادی هم اجرا میگردد یعنی شناور از
نقطه آغاز به اشاره داور خود را زیر آب زده باشناوری زیر آب بعد از طی نمودن
فاصله بی از زیر آب برآمده و در همان نقطه تعیین شده توقف می نماید. در این
بازی به اساس نوبت نفر اول، دوم سوم وغیره این بازی را اجرا می نماید.

این بازی به صورت ساکن و جابجایی هم اجرا میگردد در این شکل
شناوری زیر آب نقش نداشته و فقط قدرت تحمل شرایط عدم تنفس بازی کن نقش
بازی میکند. شیوه بازی طوریست که به اشاره داور همه بازیکنان جابجا در زیر آب
غوطه زده در همان محل زیر آب به اندازه قدرت و توانانی خود توقف میکند و
بازی کنن یکی پس دیگری دوباره از زیر آب می برآیند. و برندۀ اول کسی است
که از همه آخر تر از آب بیرون میشود و کسی که اول از زیر آب بیرون آید نفر آخر
است.

پایگه

پایگه در جمله ورزش‌های امروزین، همان مسابقه دوش است. این از ورزش‌های خیلی باستانی است. این ورزش بوسیله اطفال و نوجوانان اجرا می‌شود و از بازیهای مردم جوزجان است که در فصل بهار برگزار می‌گردد، پایگه به دو نوع است: پایگه پیاده و پایگه سواره.

پایگه پیاده:

این ورزش نوعی مسابقه دویدن میان اطفال و نوجوانانست. شیوه بازی طوریست که همه شرکت‌ها در یک خط در محل آغاز بازی قرار می‌گیرند با اشاره حکم‌ها دوش آغاز می‌شود و همه بازیکنان در فاصله تعیین شده میدونند. هر کس خود را زودتر به نقطه معین برساند، برندۀ مقام اول می‌شود، بازیکن بعدی به مقام دوم و به همین ترتیب تا مقامات بعدی. درین بازی در چندین دور مقام‌ها تعیین می‌شود.

پایگه سواره:

درین بازی قدرت بدنی و دونده گی اشخاص شرکت کننده تعیین نمی‌شود، بلکه به خاطر اشتراك اسپ و خر، به نام "پایگه اسپ" و "پایگه خر" یاد می‌شود. در ورزش پایگه سواره که به سواری این دو حیوان صورت می‌گیرد، نقش

این حیوانات بیشتر مد نظر است.

شیوه بازی طوریست که تمام اسپ ها یا خرها روی خط معین مسابقه قرار میگیرند و صاحبان این حیوانات نیز سوار بر آنها در مسابقه اشتراک می ورزند. با اشاره داوران، اسپها و یا خرها فاصله معینه را می پیمایند، هر کس فاصله را زود تر طی کرد و به محل مورد نظر رسید به مقام اول میرسد، به این ترتیب برنده گان که همان خر و یا اسپ است به ترتیب به جوایز دست می یابند. باید یاد آوری شود که مسابقات اسپها و خرها در گروههای جداگانه صورت میگیرد.

تاش تیله ری

(پرتاپ سنگ)

این بازی بین جوانان ۱۵ تا ۳۵ ساله صورت میگیرد، درین بازی به تعداد ۲ تا ۸ نفر سهم میگیرند، این بازی در همه فصلها مخصوصاً در فصل بهار برگزار میشود.

این بازی در واقع شباهت به بازی پرتاپ گلوله دارد. وزن سنگ نیز به تناسب سن اشتراک کننده گان تعیین میگردد. بازیکنان سنگ مورد نظر را روی کف دست و دست را روی شانه قرار داده و به شیوه مخصوص آنرا پرتاپ میکنند. در هر دور بازی افراد ممکنست افراد اول، دوم و سوم انتخاب شود.

این ورزش پرتاپ سنگ تقریباً از بازیهای عام و معمول و بسیار قدیمی در افغانستان است.

نیزه زنی

یکی از بازیهای بلستانی در کشور ما که هنوز هم رایج است، نیزه زنی است. نیزه یکی از آلات جنگی آربایی بود که مانند تیر و گمان، تبر و قمه و فلاخن (فلقمان) در مقابل دشمن استفاده میشد.

چوب نیزه به طول دو متر و یا بیشتر بوده و ضخامت آن ده سانتی متر و یا بیشتر میباشد. نوک قسمت پایینی آن با آهن تیز رخدار پوشیده میباشد. این بازی به وسیله مردان نیرومند اجراء میشود، طوریکه نیزه زنان به سواری اسب های قوی و چابک از فاصله های دور به سرعت می دوند و نیزه را به محل معین پرتاب می کنند.

در دوره اوستا در کشور ما یکنوع نیزه های کوچکی داشتند که نسبت به تیر بزرگتر بود و در میدان جنگ برسر دشمن انداده میشد، که هر پهلوان از ۲۵ تا ۳۰ دانه آنرا به همراه داشت. درین زمان سعی میکردند، نیزه ها را طوبیلتر و نوک تیزتر سازند.

در آثار کهن از نیزه زنی غوریان و شاهان غزنی نیز یاد شده که با آن حیوان وحشی از جمله شیر و نخجیر را شکار می کردند.

هم اکنون نیزه زنی در میان برخی از قبایل افغانی به صورت عنعنوی آن رواج دارد. مردم غزنی و کتواز در هنگام برگزاری عروسی ها در ضمن سایر نمایشگاهی محلی، به نیزه بازی می پردازند. برای این منظور سه تا میخ چوبی را به فاصله های معین در زمین می کوبند، تا نیزه زنان سوار بر اسب در حال اسپ



سواری و تاختن مهارت خود را نشان بدهند، همچنان این بازی در هزاره جات و مزار شریف وسایر ولایات نیز رواج دارد، در هزاره جات این بازی را "کوندلون" میگویند.

برای انجام بهتر این بازی اسپان را به شیوه خاص تربیه می کنند در مناطق پشتو زبان اسپان خود را که با آن نیزه بازی میکنند، با نامهایی مسمی میسازند مانند: فارنج، گرندي، خرى وغیره.

برای اجرای بازی میدان وسیع و بزرگی ضرورت است. قبل از شروع نیزه بازی، دو نفر د هل چى به نواختن دهل میپردازند. این امر سبب ایجاد شوق و هیجان در اسپ و سوار کار میگردد، سوار کار از یك فاصله دو صد متري به سوي میخ می تازد و در نزدیك میخ که میرسد، خود را خم می کند، نوک نیزه را به میخ چوبی برابر میسازد، و با اصابت نیزه میخ را با نوک نیزه برمیدارد، و آنرا در هوا دور میدهد، درین وقت دهل چیان صدای مخصوص دهل ها را بلند و بلند تر میسازند و بدینوسیله پیروزی سوار کار را اعلان می کنند. در صورتیکه سوار کار در کشیدن میخ موفق نشود، دهل زن همان صدای مخصوص دهل را بلند نمیسازد. درین صورت همه میدانند که سوار کار موفق نشده است.

باید گفت که این بازی معرف کلتور قدیمی و دلیلی سوار کاران است، جنگاوران به همین وسیله در میدانهای جنگ دشمن را با نیزه می دوختند و توانایی آنها را تارومار می کردند.

گوی و چوگان بازی

چوگان به معنی چوب و توب آنرا "گوی" میگویند. چوگان چوب باریکی است و سر آن اندکی پهن و خمیده است، و آنرا چوب سرکج نیز میگویند. این بازی هم به شکل سوار و هم پیاده بازی میشود. این بازی نیز یکی از ورزش‌های بسیار دلچسب و باستانی کشور است، حتی شاهان و وزیران نیز به این بازی می‌پرداختند.

به روایت تاریخ قدیم افغانستان، در عصر سامانیان امیر رشید عبدالملک روزی بعد از نماز عصر خواست به سواری اسپانی که الپتگین برایش هدیه فرستاده بود، چوگان بازی کند، زمانیکه به بازی پرداخت، ناگاه از اسپ بر زمین افتاد، وقتی متوجه شدند، امیر جان داده بود...

گوی و چوگان بازی از سرزمین ما در گذشته به کشور های دیگر از جمله؛ به هندوستان و از آنجا به چین و جاپان و از آنجا به انگلستان رفته است، چنانکه اولین بازی رسمی گوی و چوگان در سال ۱۸۶۹ در انگلستان دایر شد. برحی به این عقیده هستند که بازی هاکی از گوی و چوگان بازی اکشاف کرده است.

شیطان؛ شیطان

درین بازی که به اشتراک اطفال ۸ تا ۱۲ سال صورت میگیرد و هفت تا دوازده نفر را در بر میگیرد. این عده به دودسته تقسیم میشوند. برای هر جوره یک حفره کوچک کنده میشود (به عمق ۱۵-۲۰ سانتی متر) یک حفره دیگر که به هیچکس مربوط نیست و در وسط حفره ها و کوچکتر از حفره ها کنده میشود، که به نام حفره شیطان یاد میشود. وسیله این بازی یکدane توپ است برای آغاز بازی قرعه انداخته میشود، نام هر گروپی که ظاهر شد، امتیاز سوار شدن بروشت اعضا گروپ دیگر را بدست می آورند.

اعضا گروپ دوم طور دایروی و هر یک به فاصله دو یا سه متر دورتر در مقابل گروپ حفره مربوط خویش طوری به زمین می نشینند که افراد گروپ اول بر شانه های شان سوار شده بتوانند، درینوقت سرگروپ اول بر شانه های میر گروپ دوم سوار میشود. میر گروپ دوم درینوقت توپ را بطرف حفره ها لول میدهد. توپ به هر حفره می که داخل شد، نفرهای منسوب به همان حفره عوض میران به جای آنان می آیند و میران به نزدیک حفره ها می روند، پس از آن همین شخص در حالیکه حریفش به شانه اش سوار است، توپ را لول میدهد، به این ترتیب توپ به حفره دو نفر (جوره) دیگر می افتد، پس آندو می آیند و بازی ادامه می یابد. بالاخره بعد از دو سه مرتبه لول دادن توپ به حفره شیطان داخل میشود، درین وقت میر و اعضای دسته اول به یک خیز و به سرعت به طرف محلی که قبلاً

تعیین شده به نام "پاک جاگه" یاد میشون، میگریزند. پاک جاگه محلیست که هر کس خود را در آنجا برساند، از توپ خوردن مصوون میماند. دسته دوم هر یک میکوشند که توپ را گرفته و یکی از افراد دسته اول را بزنند. اگر توپ به یکی از آنها اصابت کرد، این بار امتیاز سواری از گروپ دوم میباشد. و بازی درینجا از سر گرفته میشود.

بازی شیطان، شیطان در بدخشان و مناطق ما حول آن علاقمندان بسیاری دارد.

بازی "گیند او بده"

این بازی به معنی "گیند" یعنی توپ و "او بده" به معنی دراز است یعنی بازی توپ ادامه دار، یا طولانی، بوده و در مناطق پشو زبانان مرسوم است. درین بازی تعداد بازی کننده گان معین نیست. یک بازی کننده توپ را به هوا افگنده میگوید: "نیزه ولازه!" یعنی نیزه رفت. این جمله کدام مفهوم خاص نداشت، بلکه صرف علامه آغاز بازی است. در فاصله بی که توپ از هوا به زمین می آید، بازی کننده ها پراگنده میشوند، ولی شخصی که توپ را به هوا پرتاب کرده، توپ را می قاپد و با آن یکی از بازی کننده ها را مورد هدف قرار می دهد، شخص مصروف سعی می کند از خود دفاع کرده و یا توپ را بقاپد زدن توپ به استثنای سرو دستها به سایر نقاط بدن مجاز است.

کسیکه توپ به جاش خورده از طرف زننده توپ مورد سواری قرار میگیرد. درین وقت بازی کننده گان دیگر نزدش می آیند آن گاه توپ را بار دیگر بر زمین میزنند. وقتیکه توپ بعد از اصابت بر زمین به هوا بلند شد، آنرا از هوا گرفته و دوباره به او می دهند، آن شخص را باز هم و باز هم با توپ میزنند و بیوی باز هم توپ را میگیرد، هرگاه توپ از دست شخص اولی رها شد، در آنوقت بار دیگر بر سر شخص رها کننده توپ سوار میشوند، و دیگر بازی کننده گان یکجا با

وی می دوند. همین شخص دوباره توب را گرفته بار دیگر میدود و با توب شخص دیگری را میزند هرگاه توانست شخص مطلوب را بزند باز هم او را خم ساخته و بالایش سوار میشود و توب را میزند و دیگران آنرا می گیرند. هرگاه توب بار دیگر به خطاب بود، بازی کننده به سرعت توب را میگیرد و شخص دیگری را با آن می زند و باز هم به دنبال دیگری میدود تا او را بزنند. این سلسله بازی تا زمانی ادامه می یابد که بازی کننده گان از ادامه آم صرف نظر کنند.

لپر

این بازی توسط یک سنگ پهن و یک سنگ گرد و مدور بازی میشود، برای اجرای این بازی، بازی کننده گان به دو دسته تقسیم میشوند، طوریکه هر بازی کننده خود سنگ پهنی میداشته باشد، در شروع بازی نخست سنگ گرد و مدور را در جای معینی در میدان بازی میگذارند، پس از آن هر نفر به نوبت سنگ دست داشته خویش را به سوی همان سنگ مدوری که در میدان قرار دارد، پرتاب میکند. تا سنگ مدور از جای اصل آن بیجای شود. هر قدریکه سنگ مدور بوسیله شخص از محل اصلی آن بیشتر دور گردد، مهارت وی بهتر تبارز میکند. در اخیر، حدود و اندازه فاصله سنگ میدان محاسبه میشود، در هر گروهی که حدود این فاصله بیشتر باشد برنده است.

این بازی از نظر تقویه عضلات مخصوصاً عضلات پنجه های دست و بازو و استحکام کمر و پاها بسیار موثر است، و نیز برای تمرین نشان زنی مفید است.

خیز با پرسش

این بازی نیز به صورت دسته جمعی اجرا میگردد و تعداد بازیکنان معین نیست، بازی به سه شکل است.

۱- خیز:

این شکل بازی مشابه به خیز ببروی زمین بوده، تنها درینجا خیز از کنار دریا یا حوض به داخل صورت میگیرد همه بازیکنان از آب خارج شده و در فاصله ۱۰- یا ۱۵- متر دورتر قرار میگیرند. بازیکنان به ترتیب یک یک نفر دویده و در داخل آب عملیه خیز را انجام میدهند طبعاً مانند خیز روی زمین، کسیکه زیاد توین فاصله را از کنار دریا یا حوض تا محل سقوط خیز بزند نفر اول انتخاب شده، نفر دوم، سوم بالترتیب فاصله های کمتر از آن قرار میگیرند.

۲- خیز با ملاق:

این شکل صرف همین قدر تفاوت دارد که بازیکنان هنگام خیز از کنار آب خود را با ملاق زدن اجرا میکنند. اشخاص ورزیده درین بازی خیز خود را با دو ملاق اجرا مینمایند.

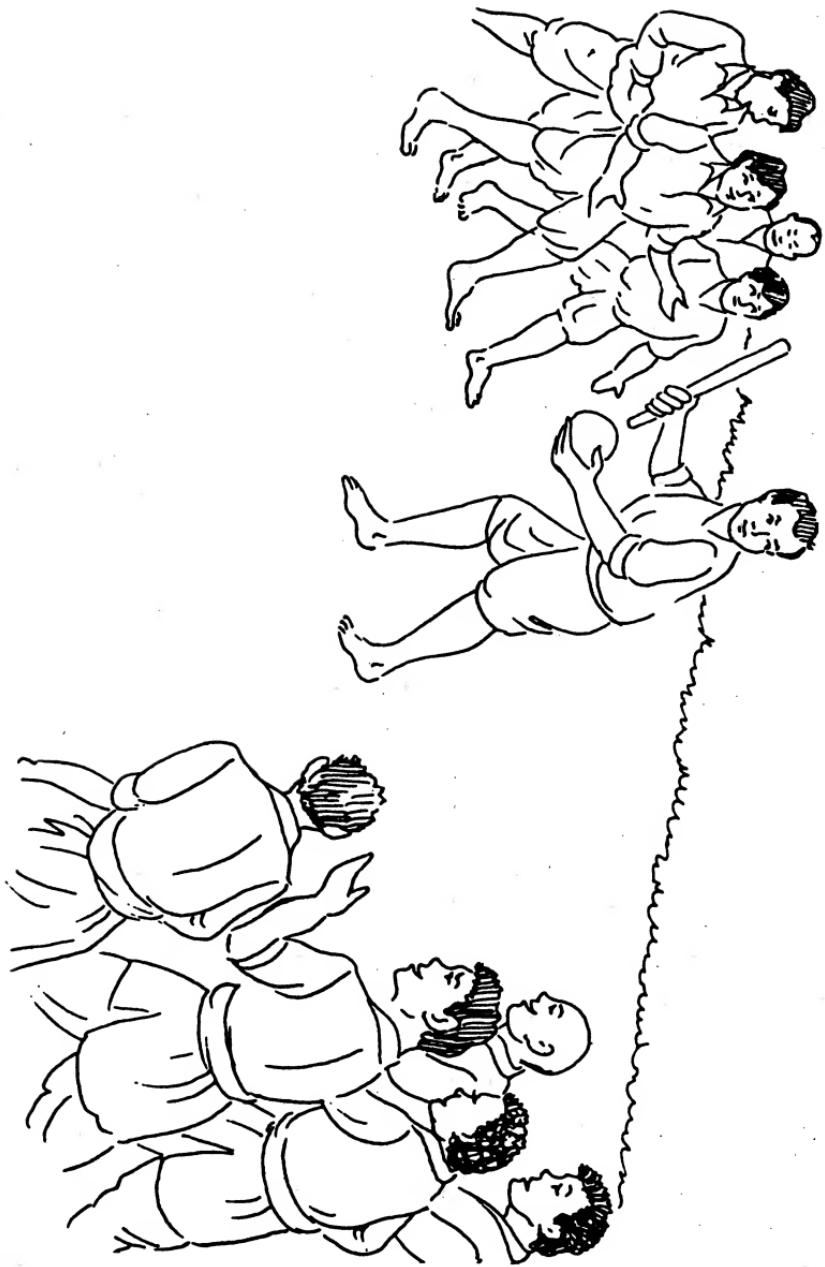
۳- پرتاب یا پرش از ارتفاع:

درین بازی پرش پرتاب از ارتفاع بیشتر نقش دارد. بازیکن یا بازی کنانی ممتاز شناخته می‌شوند که نسبت به دیگران خود را از ارتفاع بالاتر داخل آب پرتاب نماید. این بازی در حوض ها از بالای درختان و بام خانه های همچوار حوض و در در یا از بلندیهای کنار دریا و بیشتر در قسمت "خشت پل" اجرا می‌شود. مثلاً در سر پل کمتر کسانی بوده اند که خود را از بالای "خشت پل" که ارتفاع آن حدود ۲۰-قا ۲۵ متر از سطح آب است پرتاب کنند.

توب دنده بازی (توب بازی)

این بازی توسط توب و دنده "دستبند" اجرا میشود ازینرو به نام توب دنده بازی یاد گردیده ولی به آن مختصراً توب بازی گفته میشود. این بازی را پسران و دختران ۱۴-۱۵ ساله اجرا مینمایند. برای اجرای این بازی میدان خیلی بزرگ به اندازه میدان فوتبال لازم است. اطفال بازی را با توب های "الله یی و پشمی" و نوجوانان با توب های سخت و محکم چرمی و توری اجرا می کنند. دختران و اطفال خورد سال در اجرای این بازی دنده به کار نبرده و با دست خود توب را میزنند، ولی بزرگ سالان همیشه توب را بادنده میزنند. در یک گوشه طولانی میدان محل زدن توب میدا و در گوشه طولانی مقابله آن محل "اولیک" به معنی (مرده) تعیین میگردد. همچنین به فاصله ۵-۳ متر دورتر از محل زدن توب (عموماً سمت راست) جای اول "اولیک" تعیین میشود. کسانی نوبت زدن توب را میگذرانند "اولیک حساب شده و در اولیک" اول یا خورد ایستاده شده و مجبور اند با استفاده، از فرصت به مرده دوم (بزرگ) رفته و دوباره به میدا بازی بیایند: تا زنده شوند.

شیوه اجرای بازی طوریست که دو نفر از میان بازیکنان به حیث "میر" تعیین شده و بر اساس یکی از روشهای بخشش شدن، همه بازیکنان بدو دسته یا گروه تقسیم میشوند. همچنین نوبت شروع بازی نیز بر اساس یکی از شیوه های نوبت گیری تعیین میگردد. تمام بازیکنان و "میر" دسته بی که نوبت بازی را حاصل نموده اند، به میدان میان دو نقطه "مرده بزرگ" پراگنده شده و نقاط حساس را زیر نظر



میگیرند. همچنین از میان خود یک نفر را بحیث توب دهنده به اعضای تهم زننده میفرستند، بازیکنان دسته اول به ترتیب با دنده (دستک) نوبت زدن توب را سپری می کنند، یعنی هر نفر فقط دو توب حق دارد که بزنده، توب از طرف بازیکن موظف دسته مقابله جلو زننده توب در هوا به اندازه بلندی قدش انداخته شده (پاس داده شده) و با دنده توسط بازیکن زننده ضربه زده میشود. هر بازیکن دو دفعه توب را زده "اولیک" شده و در محل "اولیک" قرار گرفته و منتظر فرصت مناسب است تا با پیمودن طول میدان بازی به محل "ومردہ بزرگ" برسد و در صورت مساعدت فرصت دو باره خود را به مبدأ، رسانیده و زننده سازد. هر بازی کن که "زننده" شود چانس دوم زدن توب را حاصل مینماید، همین طور بازی ادامه می یابد.

هر گاه در جریان گریز بازیکنان توسط بازی کن دسته دوم با توب در میدان زده شده ورق برگشته نوبت به گروپ دوم میرسد. دراینجا اعضای گروپ اول میکوشند به مبدأ بازی خود را برسانند.

اگر یک بازی کن توب اول را در نوبتش با دنده بزنده توسط اعضای گروپ مقابله خپک گرفته شود، او حق زدن توب دوم را ندارد. هر گاه نوبت زدن توب همه بازیکنان گروپ به شمول میرشان خلاص شود در آن صورت دو نفر از اعضای گروپ مقابله یکی نزدیک مبدأ و دیگری در آخر میدان نزدیک "کنه اولیک" قرار گرفته توب را از طریق هوا به هم انداخته "خپک" میگیرند این عملیه را به اصطلاح "خپک-خپک" می گویند، گاهی اتفاق میافتد که بازدن یک اعضای گروپ اول توسط اعضای گروپ دوم نوبت به گروپ دوم برسد دراینجا اعضای گروپ اول با مهارت در وسط میدان بازی بتوانند و یکی از اعضای گروپ دوم را با توب بزنند، نوبت دوباره بدست می آورند. معمولاً بعد از وقوع این حالت می گویند که "اولیک تیر یک برابر" یعنی "زننده و مردہ برابر"

توب باید توسط پاس دهنده درست داده شود و نیز زننده توب، توب را

به عقب زده نمیتواند. بهترین توپ را "قیماقی" یادمی کنند توپ زنها از توپ دهنده همیشه توپ "قیماقی" میخواهند.
توپ بازی و یا توپ دنده در غزنی و مناطق شمال کشور معمول و مروج بوده است.

خوی

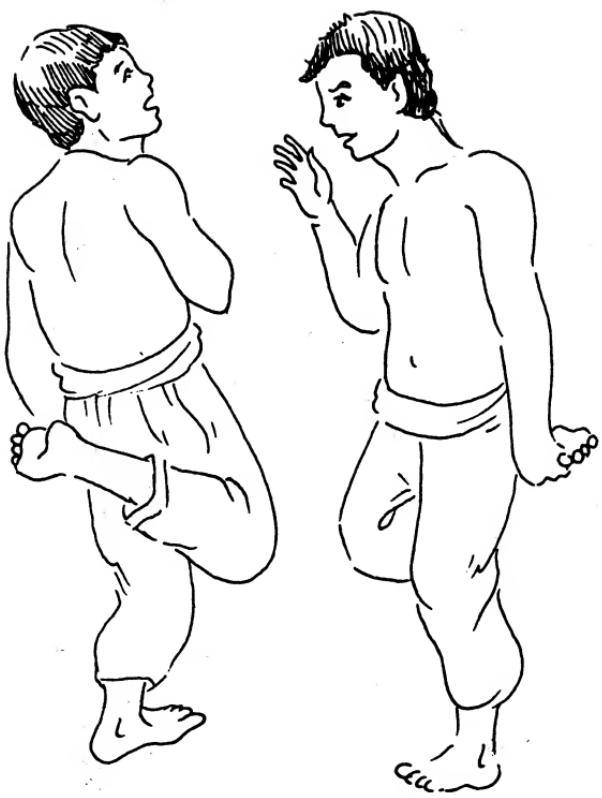
خوی کلمه پشو بوده و یکنوع بازی روز مرد به شمار می‌بود، وقت آن بعد از ظهر تا عصر می‌باشد، و از جمله بازیهای قدیمی و مورد علاقه است.

درین بازی اشخاص گوناگون خورد و کلان و قوی و چالاک که مشخصات بازی را بلد بوده و دارای تمرين و ممارست باشند، سهم می‌گیرند.

برای اجرای بازی یک میدان فراخ و پاک که بازی کننده‌گان زیادی در آن اشتراك کرده بتوانند، ضرورت است. در این بازی سر خان‌ها (میران) تعیین می‌گردند. هر میر، بازی کننده‌گان خود را جوره جوره جدا می‌کند و در جوره کردن آنها سن و سال، زور و قدرت بازی اشخاص را در نظر می‌گیرد. بعداً هر جوره یا دسته در مرحله اول بازی طوری در میدان مقابله همدگر قرار می‌گیرد که چند متر فاصله بین شان موجود باشد. از همین جاست که آنها زور و قدرت، فتح و یا شکست خود را آشکار می‌سازند. از بین ایشان یکدسته در سمت مربوط خود، یک کوت خاکی کوچک یا خاکتوده نرمی را می‌سازد که آنرا "کلا" یا قلعه می‌گویند.

پس از آن طرف مقابل "کوت خاک" از بین خود یکنفر تیز و چالاک را انتخاب می‌کند و به او می‌گوید که ما با جانب مقابل خود جنگ می‌کنیم، از تو هم حمایه می‌کنیم، تو برو کوت خاک را بزن و قلعه را بگیر، این شخص که برای برهمنزden خاکتوده طرف مقابل موظف می‌شود برای همه بچه‌ها و بازی کننده‌گان نیز معرفی شده و توضیح داده می‌شود که این شخص کوت خاک یا خاکتوده را پاشان می‌سازد،

دسته مقابل هم برای حفاظت خاکتوده و نگهداری آن یک همبازی قوی



و نیرومندی را نزدیک خاکتوده موظف می‌سازند و می‌گویند که ما جنگ می‌کنیم، تو اینجا استاده باش! متوجه باشی که هرگاه ما از آنجا گذشتیم و نفر طرف مقابل آمد و حمله کرد و خاکتوده را بر هم زد، تو هم با او مبارزه کن و خاکتوده را طوری نگهداری کن که مخالفان آنرا برهم زده نتوانند. پس از آن هر یک از بازیگران هر دو دسته انسخت کلان "شصت" پای راست خود را ذربعه دست چپ خویش را از حصه عقبی بدن خود محکم گرفته و با یکدست راست و یکپای چپ هر کدام آماده حرکت و مبارزه می‌شوند. ضمناً سعی می‌کنند خود را به محافظت خاکتوده رسانیده و مغلوب کنند.

زیرا مغلوب ساختن او معنی غلبه بر گروه مقابل را دارد.
در حالیکه هر کس سعی می‌کنند، بروند و با همان یکپا، خاکتوده را برهم بزنند، هرگاه پایش خطأ بخورد و یا با دو پا حرکت کند، تنظیم بازی را برهم زده و مغلوب شمرده می‌شود و بدینوسیله از میدان خارج می‌گردد.
در صورتیکه اشخاص سمت خاکتوده، خود را به شخص موظف طرف مقابل رسانده و او را مغلوب کنند، در واقع همه را مغلوب کرده اند و درنتیجه بازی را برده اند، در آنصورت بازی از سر آغاز می‌گردد.

اگر تمام بازی کنندگانی که می‌خواهند خاکتوده را بر هم زنند، مغلوب شوند. بازی به شکل عالی آن به نفع طرف مقابل خاتمه یافته، و اگر شخص منتخب که برای برهم زدن خاکتوده موظف شده سه بار این عمل را انجام دهد، بازی را کاملاً برده است. اگر طرف مغلوب از بازی خود داری کند، خوب، درغیر آن بازی بار دیگر آغاز می‌شود.

باید یاد آوری کرد که این بازی در بین قبایل افغانی عمومیت دارد. و مانند سایر بازیهای دستجمعی منظم، بصورت تعزض و مدافعت اجرا می‌شود، مثلاً: یکفرد از جوانان و افراد یک قبیله که از حیث قوت و توانایی به اصطلاح بالای خود حساب می‌کنند، یک گروه جوانان دیگر را به مسابقه دعوت و در مقابل ایشان

"چلینچ" میدهند. طرف مقابل در صورت موافقه به میدان مسابقه حاضر میشود.
قبل از آغاز مسابقه "کپتان های" طوفین در یک گوش میدان حاضر شده
و یک نقطه را تعیین مینمایند که به اصطلاح نقطه متنازع فیه یا خط منتهی الیه
مسابقه گفته میشود.

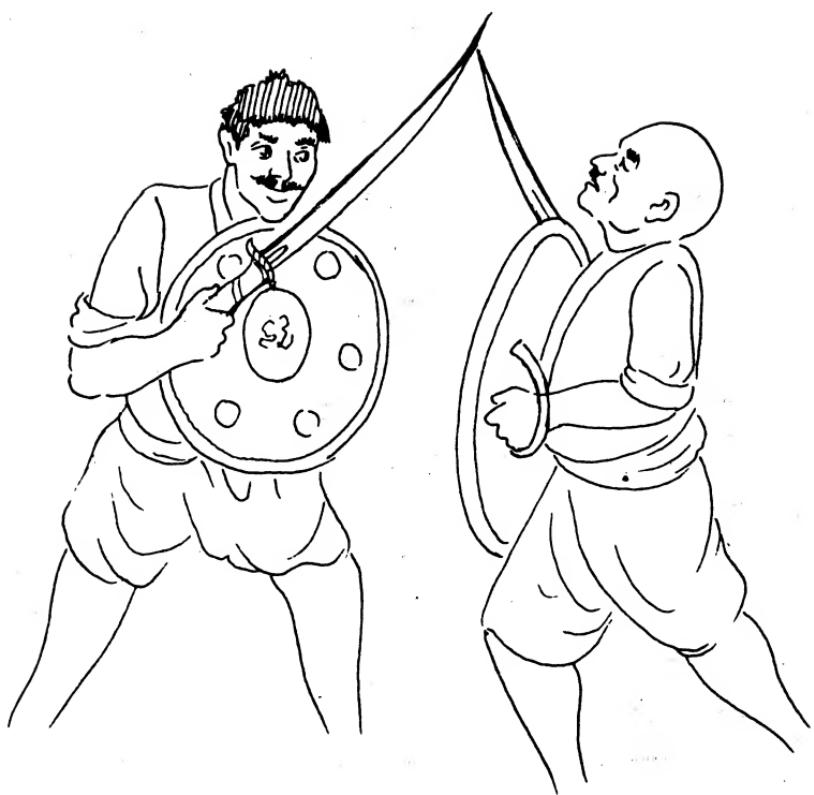
درینجا دو گروپ مساوی تعین میشود و درین ایشان قرعه انداخته میشود.
در ختم مسابقه میدان ها و محل مدافعته و تعرض تبدیل میگردد در ختم این بازیها
گروه مغلوب مکلف اند تا برای دسته غالب ناغگی هایی به شکل شیرینی و خوراکه
و دعوت وغیره بدهد.

سپر بازی

سپر آله بی است که در ادوار پیشین در جنگها برای دفع ضربات تبر و شمشیر دشمن بکار میرفت. در اسناد تاریخی استفاده از سپر و کسب مهارت به وسیله آن فراوان آمده است. سپر معمولاً از فلز مستحکم ساخته میشون، اما گاهی سپر هایی وجود داشته که از چوب بادامی و چار مغزی بوده و بکار گرفته میشده، علاوه بر آن سپر هایی هم بوده که از چرم ساخته میشده که وسط خالیگاه آن با پنبه یا تکه پارچه های فشرده و سختی پر میشده است.

پهلوانان نیز ازین سپر ها در موارد مقابله با حربهان برای دفع ضربات و وارد ساختن حملات کار میگرفتند، که هنگام استفاده از ناحیه وسطی عقب آن که دسته چرمی و یا تکه محکمی داشت که آنرا در بند دست محکم میکردند. بازی با سپر معمولاً درین دو نفر و در وقت معین صورت میگرفت. هر کدام از حربهان که ضربات شدید تری به طرف مقابل وارد میکرد سبب خستگی و مغلوبیت طرف مقابل میشد، برندہ میگردید. در زمانه های پیشین، سپر یکی از وسائل جنگی بود.

غزنویان از یکنوع سپر های فراخ استفاده می کردند، غوریان نیز از سپر به حد اعظمی استفاده می کردند و سپر آنان طوری بود که تمام وجود شخص را می پوشانید.



چوب بازی

چوب بازی را نیز از سپورتهای دلچسپ باستانی به شمار آورده اند، که از قرنها به اینسو در افغانستان رواج دارد، میتوان گفت چوب بازی در واقع مقدمه شمشیر بازیست، درازمنه پیشین که هنوز استفاده از شمشیر مروج نبوده، باچوب و سنگ به مقابله دشمن میرفتند.

در صدر اسلام برای آنکه از شمشیر در میدان جنگ بهتر بهره بگیرند و در شمشیر بازی آزموده تر گردند، چوب بازی را به حیث یک تمرین بکار گرفتند. چنانکه برای این منظور در زمان خلیفه چهارم برای این که چوب بازی و شمشیر بازی نظم بیابد، قانون چوب بازی وضع شد. در قانون چوب بازی شش حمله و شش برداشت است و معنی برداشت دفاع از خود بوده و عبارت است از حمله برسر، حمله برپای، حمله برماره (روی چپ) و حمله بر راست و چوب هفتم را چوب سیف یا "هول" میگویند که خطروناکترین چوبهای است. همچنین چوب پندار را که چوب ششم است، خانه یا علی مدد میگویند.

قانون دیگر چوب بازی، قدم است؛ یعنی یکقدم، دو قدم، سه قدم، چار قدم، پنج قدم و شش قدم است؛ یعنی گذاشتن قدم چوب باز در میدان با جمله چوب باید هم آهنگ باشد؛ مثلاً در یک قدم "سرمه کرک" است و در قدم دوم روی "باره" کار میشود. اگر چوب باز مثلاً روی "باره" کار کند، گویا از قانون عدول کرده، و طبعاً مغلوب میشود. در چار قدم چار چوب کار میشود، یعنی دو چوب از یک حریف و دو چوب از حریف دیگر؛ یعنی یک حریف بر حریف دیگر شش چوب را وارد کرده میتواند. خلاصه اینکه اصول چوب بازی در پای و قدم است. اگر پای



غلط مانده شد و حساب قدم گرفته نشدو حمله به عمل آمد، در ینصورت به مغلوبیت حریف تمام میشود، چوب باز و قنیکه در خانه چار قدم است باید چار چوب کار کند و اگر شش چوب کار کرد، بی سرو قال میشود، و حریف خانه خالی او را دیده حمله میکند و مغلوبش میسازد. چوب "هول" یا در دهن فرو میرود که دندانها و کام و کچکلک صدمه می بیند و یا در زنخ، بینی و چشم اصابت می کند. در چوب بازی اول دفاع است، بعد حمله؛ اگر چوب باز حمله را نه بوداشت، حمله کند، اشتیاه می کند؛ به هر حال چوب بازی به دیدن ارتباط دارد.

آداب چوب بازی چنین است که در صدر ارکاره (محل تمرینات و مسابقات) خلیفة و شاگرد ها می نشینند و در حد وسط چوبها و سپرهای گذاشته میشود، وقتی دو نفر از بین قطار بر میخیزند، آنکه حق اولیت دارد، نزدیک چوب و سپر آمده، یک الحمد و سه قل هوالله را میخواند، بعد رسم تعظیم به جا می آورد، سپس یک سپر و یک چوب را گرفته و خطاب به چوبها می گوید: اجازه هست؟ اجازه گرفتن از چوبها، یک چوب به سپر زده و مستی کنان انتظار حریف را می کشد، با آمدن حریف مسابقه آغاز میشود.

در چوب بازی به اصطلاح نفس باید پخته باشد، زیرا یک ورزشکار خوب میتواند الی سی دقیقه به ضرب بازی ادامه دهد. بعد از آن خسته شده و به بازی ادامه داده نمیتواند، اما یک شخص عادی بیش از پنج دقیقه نمیتواند بازی کند. نوع دیگر چوب بازی ، بدون استفاده از سپر میباشد: یعنی با دو چوب بازی صورت میگیرد. این نوع بازی علاوه بر کشور ما در ممالک آسیای مرکزی و جنوبی و شرق دور رواج دارد.

در کشور ما صد سال پیش چوب بازان مشهوری از جمله خلیفه سلام چوب باز و شمار دیگر بودند که برای مردم سرگرمی می آفریدند و بمرور ایام از رونق آن کاسته شده است. همچنان اهل هند افغانستان نسبت به این بازی علاقمندی بسیار دارند. بازی آنها طوریست که از هشت تادوازده و یا بیشتر نفر دور

هم حلقه زده و هر نفر با دو چوب بازی می کند. یکی چوب ها را به گونه بسیار جالب و منظم به چوبهای دیگر میزند، که از ریتم و آهنگ و نظم جالبی بر خوردار است که آنرا "چوب جنگی" نیز میگویند.

این چوب بازی با حرکات سریع دستان، گردن و توام با پایکوبی اجرا میشود. بازی آن با تکنیک صورت گرفته و صحنه دلپذیری را مجسم میسازد. این بازی توسط جوانان (مردوزن) در جشنها و عروسی ها صورت میگیرد.

دار بازی

این بازی طوریست که یکنفر دار باز دو تا چوبهای دراز و محکم را بر پاهای خود می بندد. طول این چوبهای هر کدام به طول پنج تا هفت متر میباشد که شکل ستونهای سقف را داشته و به قطر پانزده تا بیست سانتی متر از بالا به پایین، باریک شده میروند، شخص نمایش دهنده با همان چوبی ایستاده می شود و درین مردم راه می رود. آنچه درین نمایش و بازی مهم است حفظ توازن شخص دار باز میباشد.

این شخص با مهارت و تجربه، صد تا دو صد متر فاصله را می پیماید. نوع دیگر دار بازی آنست که دروازه های را به شکل دروازه های "فتیال" ولی با ستونهای بلند تر و قویتر میسازند که ارتفاع آن بیست تا سی متر میباشد و چوبی که در قسمت بالایی دو ستون قوار می داشته باشد با همان طول و عرض مدنظر گرفته میشود، از همان چوب بالایی حلقه های آهنین آویخته است که در آن حلقة ریسمانهایی جهت دار بازی و حرکات اکرو باتیک عبور داده شده است. دار باز روی چوب فوقانی حرکاتی را انجام میدهد و با مهارت پایین و بالا می رود و با استفاده از ریسمانها انواع گاز خوردنها، پرتاب شدنها و حرکات متنوع ورزشی را اجرا می کند.

این ورزشها معمولاً در روزهای جشن عید و میله های نوروز در بعضی از

نقاط کشور صورت میگیرد.

در حدود صد سال پیش در کابل که هنوز ورزشها و سرگویی های متنوع

معاصر رواج نداشت، دار بازها در مراسم اعیاد و جشنها برای مردم نمایشهاي جالبي

را عرضه می کردند، که ريش سفیدها از آن با اشتياق زياد ياد آوري می کنند.



مآخذ و منابع

- ۱- تاریخ افغانستان جلد اول، دوم، سوم.
- ۲- نشرات انجمن تاریخ مولفان: احمد علی کهزاد، نعیمی، میر غلام محمد غبار و دیگران.
- ۳- شماره های مجله لمر (معروف کلتور ملی). از نشرات وزارت اطلاعات و کلتور.
- ۴- شماره های مجله فلکلور؛ شماره های مجله فرهنگ مردم.
- ۵- لشکرگاه، احمد علی کهزاد.
- ۶- رهنماei کابل، محمد ناصر غرغشت.
- ۷- ورزش های ملی در افغانستان، تالیف و نگارش عبدالله محب حیرت.
- ۸- پشنی فلکلور، د افغانستان د علومو اکادمی، د ژبو او ادبیاتو مرکز.
- ۹- ورزشهاei ملی و بازیهاei المپیك، نظر محمد هماورد.
- ۱۰- بازیهاei عامیانه اوزبیکان جوزجان، ثبت و نگارش حلیم یارقین.